1 2019年11月2日(土)市原版　次回発行日▶11月9日(土)
よりよい地域をめざして……地域情報紙
シティライフ
2019.11.2 Vol.1498
市原版
配布地域／市原市・袖ケ浦市【75,000部】
https://www.cl-shop.com
企画・制作／シティライフ編集室 〒290-0056 市原市五井4874-1
TEL.0436(21)9311 FAX.0436(21)9142
シティライフが提供する動画をWEBで見れます！

左記のアイコンがある記事はシティライフWEBより関連動画がご覧頂けます！

思いあれば夢かなう・・・
日本一のチーズ職人、世界の舞台へ

毎月第1日曜のみ。大多喜町の小さなチーズ工房【千】senの営業日だ。「ひとりで作る数には限界がある。量を増やして質が落ちたりしたら本末転倒でしょ。だから営業はこれからも月に1日だけ」。柴田千代さん(39)が2014年12月、借り受けた古民家をリフォームして開設した同所には、営業日の早朝から客が並ぶ。宮城からの来訪者は「夜中に車で家を出て、朝6時に着きました」。その他、倉敷や神戸から柴田さんのチーズを求めるためだけに来たと話す人々もいて、11時の開店まではのどかな山の中がすっかり活気づく。

日本オリジナルのチーズを追求

2年に1度開催される「ALL JAPANナチュラルチーズコンテスト」において、柴田さんのチーズ「竹炭　濃厚熟成」がその頂点となる農林水産大臣賞を受賞したのは2017年11月（第11回）のことだ。日本一のチーズ職人を決める由緒あるこのコンテストで、女性初、関東初、そして工房を開設して最速の受賞ということで話題に。今年8月4日には「チーズを日本の文化にしたい」と語る柴田さんの姿がTBS『情熱大陸』で放送され、バイタリティと情熱あふれる生き様に「この人の作ったチーズが食べてみたい」等ネット上でも大きな反響を呼んだ。

富里市出身。エールフランス航空勤務の父親に連れられ小学2年生の時、家族で1カ月フランスに滞在しチーズに魅了された。東京農業大学を卒業後、北海道のチーズ工房で月給3万円・休み3日の条件で2年半の住み込み修業、続いてフランスで1年修行を積み、帰国後は母校の講師やアルバイトを経て、かずさアカデミアパーク内の微生物研究所で収入を得ながら『千』をスタート。今春、設備投資が落ち着き同研究所を退所するまで「平日は朝と晩、休日は丸一日チーズ開発」と、二足のわらじを履いた。

ところで、チーズは乳酸菌と酵母を加え牛乳が発酵することでできる。チーズに使う乳酸菌、酵母は数種あり、この組み合わせ（例えば、モッツァレラにはこれとこれ、といった定番のコンビ）により様々なカテゴリーのチーズが完成する。これに対し「本場の後追いではなく、日本独自のチーズを」と柴田さんは誰もしたことのない組み合わせを追求、独自の配合で新たなカテゴリーを生みだすことを旨とする。受賞した「竹炭　濃厚熟成」は、まさにこの流れで完成させたもの。「日本で分離された微生物もあるんですよ」と微生物研究所での経験も活かし、自らを「微生物の調合師」と呼んで柴田さんは続ける。「牛乳は季節や牛の状態によって違ってくるし、菌も酵母も生きているから365日微妙に変化します。その声に低姿勢で寄り添い相手の動きを読む気持ちで、同種のチーズでも毎日、配合を0・01グラム単位で変えていくんです」

勝浦キュステの調理室にて。キュステのカルチャースクール担当・吉野さん（左）と柴田さん（右）

ちなみに、材料にこだわる柴田さんのチーズは原価率が5割という高さ。数で勝負できない分、付加価値を付け1つ5000円、5万円のチーズを考案したいとする。夢は世界一。昨年、世界コンクール「ワールド・チーズ・アワード」が開かれたノルウェーに生産者代表として派遣された柴田さんは、EU規制（食品の持ち込み）の関係で日本がコンクールに出られない状況に「日本のチーズを世界の舞台に立たせて！」と主催協会の女性理事長に訴えた。そして9月1日、急遽、10月開催の今年度のイタリア大会に日本からの出場が認められたという。同時に、柴田さんのイタリア行きも決定。

「思いあれば夢かなう。要は、自分自身が自分の夢をどれだけ信じ続けたかだと思います。今の私は10年20年前の私が描いていた夢。だから、これから次の課題として、10年後20年後の自分を描きます」

チーズ作り教室で完成した2品

勝浦キュステで材料費だけのチーズ教室

超ハードな毎日を送る柴田さんだが、「普段出会えない方との出会い」「手作りの大切さを伝えること」を目的に、チーズ作りをレクチャーする活動も行っている。勝浦市芸術文化交流センター（キュステ）におけるカルチャースクールへの協力もその1つ。昨年に続き、今年も9月21日にはキュステ調理室において10名参加（申込先着順）の下、チーズの製作工程の説明に続いて実際にモッツァレラチーズを作り、できたてのチーズを用いた料理2品を全員で味わった。

縁もゆかりもない勝浦で、材料費だけで講師を引き受けたことについて柴田さんは、「だって、キュステの吉野さんがプライベートでお店に来て、イベントにも足を運んでくれて、『是非、チーズ教室を』って一生懸命お願いするんだもの」と笑い飛ばす。「私たち職人は現場主義。まず、必ず客として行くのが基本だと思っていますからね。彼に頼まれればこれからもキュステでチーズ教室を続けるわよ」

人間味あふれるチーズ界の女王は、こうして確実に人の輪を広げていく。

・チーズ工房【千】sen
www.fromage-sen.com

袖ヶ浦 平成霊園

平成通りに面した高台にあり、緑に囲まれた明るく開放的な地域最大級の公園墓地

継承者のない方について

墓地をお求めになった場合、永代使用の権利が発生しますが継承者のない方は永代管理をいたします。

本日より 現地特別ご案内会開催

受付時間／午前9時～午後5時（雨天実施）

係員がご案内致します。希望の日をご連絡ください。随時ご案内致します。

ご遺骨がなくても購入可能
（宗教・宗派は問いません）

ご遺骨がなくても墓地・墓石の購入が可能です。最近、生活設計として生前に墓地を求められる方が増えてきています。残った家族に負担を掛けないよう前もって生前にお墓を建てておくことを寿陵墓といいます。今ではお墓を建てる人の約7割がこの「寿陵」にあたり相続税の節税にもなります。

改葬（かいそう）相談会
〈墓地のお引越し〉

郷里のお墓が遠すぎるため現在お住まいの近くに移葬する人が年々増えています。
当社では改葬に必要な書類のご用意、手続きのお手伝いも承ります。お気軽にご相談ください。

園内には休憩・管理棟をはじめ大型駐車場が完備されております。
また段差のない作りになっておりますので、
ご高齢の方や車椅子の方でも安心してお参りできます。
いつ訪れてもご満足いただける環境で
皆様と祖先との絆を大切にお守りいたします。

受付開始［先着順］

好評のもとお問合せを頂いております。
お早めのお問合せ・お申込みをお待ちしております。

合祀墓

永代使用料(1.5㎡) 15万円より	区画面積	永代使用料	年間管理費
	1.5㎡	150,000円	3,000円
	2.0㎡	200,000円	4,000円
	3.0㎡	300,000円	5,000円

※大きい区画もご相談に応じます

(広域農道) ガスト セブンイレブン 袖ヶ浦高校 中央霊園 (昭和通り) 袖ヶ浦 平成霊園 姉崎袖ヶ浦IC 館山自動車道 鴨川街道 ヤックス バーミヤン さつき台病院 イオン (椎の森通り) JA市原市農産物直売所 ローソン けやき台眼科 桜台 至馬立・牛久 Honda cars (平成通り) (旧道) ミニストップ ヤックスドラッグ ローソン ヨーカドー 泉台 青葉台 至五井 袖ヶ浦駅 長浦駅 姉ケ崎駅 16

アクアライン連絡道・袖ヶ浦I.Cより約5分、館山自動車道・姉崎袖ヶ浦I.Cより約15分　JR内房線／姉ケ崎駅より車で約20分、長浦駅より車で約10分、袖ケ浦駅より車で約5分

袖ヶ浦平成霊園の特徴

- 宗教・宗派不問、入檀料、寄付金、付届等一切ありません。
- ご遺骨をお持ちでない方でも、お求めいただけます。
- 納骨、法事等の祭祀は、ご希望で宗派の寺院をご紹介致します。
- 車椅子の方でも安心してお参り出来ます。（スロープ対応）
- 葬儀、法事、先祖供養のご相談も承ります。
- 大駐車場完備（混み合うことなくスムーズにお越し頂けます）
- 先着順受付
- 寺院の建物はございません。

建墓ローンのご案内

安い金利で最長10年の建墓ローンがご利用できます。

※支払い期間中お申込み者が万一亡くなられた場合は保険付きですので、その後のお支払いは有りません。

霊園概要

所　在／千葉県袖ヶ浦市神納2879番地
許可番号／第22-1号
区画数／1,314区画
経営主体／(宗)成田山木更津教会
設　備／管理棟・休憩所・駐車場・水道施設 他

資料請求お申込み・お問合せ
現地連絡先
TEL.0438-60-1194
袖ケ浦市神納2879
http://www.kisarazu.co.jp

買います

●和装品・盆栽鉢・骨董全般 富楽 ☎0475-55-3331
●ヤマハピアノ高価 コンドー楽器 0120-137-512
●ピアノ 渡田 ☎24-0833
●金プラチナ商品券 相場・額面の90～98%で てんとう虫 ☎0475-72-9400 大網店 休み不定 0476-36-4388 富里店 043-310-5825 都賀店

求人

●ホール・調理補助 時給1,000円 10～14時、17～22時 まかない付き 経験者優遇 五井・中華料理彩さいさい菜 ☎0436-21-5778
●パート・アルバイト募集 フロント・掃除係 時給950円 6時半～10時 アタックゴルフ市原 ☎0438-62-6172 受付㈪～ 藤成産業本社

営業案内

●ネズミ駆除 超プロが1回で完全駆除 被害はイエダニの発生 病原菌をまきちらす ★一戸建・アパートに限定 任せて安心 創業50年の信用 調査見積無料 田辺消毒防除センター ☎0436-25-2801

お知らせ

●21thビッグバンドガリスター・秋のコンサート 11／24㈰15時半開演 五井グランドホテル 完全前売3,800円（食事・1ドリンク付)、当日券はなし 秋冬の童謡をジャズで 小宮 ☎090-2658-5519

サークル

●ダンスサークルポピー ㈰9～12時、または13～16時 国分寺台公民館かYOUホール 音楽に合わせて軽やかに踊る社交ダンス 月会費：1,500円、入会費1,000円 内山 ☎0436-66-7117

イベント

●市原市老人クラブ連合会作品展 11／2㈯～4㈷ 9時半～16時、最終日12時 国分寺台公民館 手芸、工芸、書、絵画、写真の作品116点を展示 西ノ原 ☎090-3535-9425
●手しごと展・玉手箱 11／2㈯～4㈷ 11～16時 古民家ギャラリー・かざと（市原市風戸） おはばこ ☎0436-95-1088
●バザー 11／3㈰ 10時半～12時 五井公民館 入場整理券9時半～窓口で配布 ☎0436-22-2121
●ヤマの即売会 11／3㈰ 10～14時 房総萬花園（多田ビニール内） 山野草、蘭、盆栽、園芸植物ほか 鈴木 ☎090-2752-9290
●時谷幸子45年七宝焼きの道のあゆみ 11／5㈫～29㈮（㈯㈰㈷休 10～16時半 いちはら市民ネットワーク・アートギャラリー（国分寺台） 七宝焼きを初めて45年 心を込めて作った作品 ☎0436-21-1907
●母と子のわくわくタイム 11／8㈮ 10～11時半 五井ナザレン教会 無料 聖書のお話、絵本の読み聞かせ、コーヒータイム 小さいお子さん連れでどうぞ ☎0436-21-0566
●武術太極拳講習会（後期） 11／9㈯ 10～12時 YOUホール 年齢不問 参加無料 入門太極拳・初級太極拳の体験他 事前受付なし 当日、上履き持参で直接、会場へ 荒井 ☎0436-41-7968
●ウクレレと大正琴の小川会コンサート 11／9㈯14時開演 市原市市民会館 入場無料 おなじみの曲を演奏 フラダンス・歌・ギタリストによる独奏など 小川会・七海 ☎090-5211-6892
●覚えてる会：もの忘れがある方の本人会 11／9㈯ 10～12時 やさしい手京葉（若宮団地入口） 参加費：約100円（年会費制） もの忘れのある方同士や関係者が、生活上の工夫や便利グッズなどによる早めの対処法を話し合う 家族の参加も歓迎 ☎0436-74-3384
●カフェもの忘れ・認知症対処教室 スマホ・パソコン相談会 11／9㈯ 13時半～15時半 やさしい手京葉（若宮団地入口） 参加費：300円（飲み物代） 元もの忘れ外来担当者やケアマネが、もの忘れや認知症の本人・ご家族に対処法を紹介し相談に スマホ・パソコン等相談会も同時開催、困りごとのある方は機器持参で ☎0436-74-3384
●5人写真展フォトもみの木 11／9㈯～12／13㈮ 喫茶&福祉ショップもみの木（牛久） 日本各地風景の風景、祭り、花の写真20点 月1回入れ替え、随時展示 ☎080-5413-2266
●市原市文化祭・ハワイアンフラまつり 11／10㈰ 13時開演 市原市市民会館 MC：葛西Chang バンド：アロハモダニアーズ 入場無料 お楽しみサプライズ、終演に花プレゼントもあり 佐藤 ☎0436-22-2660
●青少年のためのジョイントコンサート 11／10㈰ 9～11時半 南総公民館 合唱、合奏等 出演：海上小学校、光風台小学校、牛久小学校、鶴舞小学校、寺谷小学校、双葉中学校、加茂中学校（加茂学園） 入場無料 当日、直接会場へ 問合せ：市原南ライオンズクラブ・田中 ☎0436-92-0605
●社交ダンス 11／17㈰ 13～14時50分 アネッサ ダンスシューズか上靴持参 参加費：300円 サクラダンスサークル 長尾 ☎090-2480-5880
●いちはらファミリー・サポート・センター協力会員養成講座 11／28㈭ 9時45分～16時 市原市社会福祉協議会（南国分寺台） 地域住民による支え合い・助け合いで子育て支援する有償ボランティア 要申込 11／8〆切 ☎0436-24-0011
●婚活inいちはら 11／30㈯ 13～17時半 市原市市民会館 セミナーとティーパーティ 男女各20名 男性：市内在住・在勤の28歳～44歳で独身 女性：居住地不問の28歳以上で独身 参加費：2,000円 所定の申込書を広聴相談課へ 11／11〆切 ☎0436-23-9706

買い物や飲食は地元のお店を利用しましょう
地域情報紙 シティライフ 市原版
2019年11月2日㈯市原版 4
配布地域／市原市・袖ケ浦市【75,000部】
https://www.cl-shop.com
地域で守ろう子どもの安全
企画・制作／シティライフ編集室 〒290-0056 市原市五井4874-1
TEL.0436（21）9311 FAX.0436（21）9142
■広告のお問い合わせ…sales@cl-shop.com
■記事・情報は…kiji@cl-shop.com

ハーブ王子のしあわせ健康レシピ 30

最近、長い間の夢だった森の中へと引越しました。朝は鳥たちの囀りと共に目を覚まし、夜は虫達の奏でる声と共に眠りにつきます。木はそれぞれが表情を持ち、風で触れ合う葉の音が身も心も癒してくれます。森という小さな自然の中でさえ、様々な多様性がある事に改めて驚かされます。

さあ、これから念願の庭造り。2度の台風で周りの木の幹や枝がだいぶ折れてしまい、おまけに蜜蜂の巣箱達も倒され、全滅してしまいました。しかし、これも自然の力と受け止めて行くしかありません。ただ、明らかなのは人間が作り出した温暖化の現象が、人類だけではなく地球上の動植物、全生命体に脅威を与えている事でしょう。

今回のレシピではローズマリーを使って牛肉と今が旬のキノコのラグー（イタリア語で煮込みを意味）を作ってみました。シンプルな味付けで簡単に作れるので是非チャレンジしてみて下さい。

●材料（4人分）
ローズマリー（みじん切り4枝、飾り用4枝）、牛のモモ肉（3～4cmの角切り）800g、ぶなしめじなどのキノコ類200g、玉ねぎ（みじん切り）2個、ニンニク（みじん切り）2片、バター20g、赤ワイン約250cc、薄力粉と塩胡椒・適量、オリーブオイル大さじ4

●作り方
①牛肉に塩胡椒、みじん切りしたローズマリーの葉を振り、ワインに浸して30分程置く。
②熱した深めのフライパン（中華鍋でも可）にオリーブオイルを引き、刻んだニンニク、玉ねぎを入れキツネ色になるまで弱火で炒める。
③牛肉をワインから取り出して薄力粉をまぶし、②に加えて更に炒める。
④キノコと①で使ったワインを加え、弱火でアクを取りながら、とろみが出るまで煮込む。
⑤火を止め塩胡椒で味を整え皿に盛り付け、飾り用のローズマリーの枝を添えて出来上がり。ワンプレートでペンネやマッシュドポテト、トーストしたパンと一緒に頂くと味が更に引き立ちます。

長谷川良二。市原市在住。ハーブコーディネーター、ガーデニングコーディネーター、歯科医師。公民館でのハーブの指導や、料理教室を開催しながら自然栽培で野菜を育て、養鶏、養蜂にもトライ中。

脳の健康管理

ギランバレー症候群とフィシャー症候群

人間の神経は、脳・脊髄の中枢神経と、そこから枝分かれして体の各部分に分布している末梢神経に分けられます。末梢神経は、体の動きを司る運動神経、感覚を伝える感覚神経、そして自律神経からなります。末梢神経に障害が生じると、脱力、しびれ、痛みなどの症状が現れます。この状態を末梢神経障害（ニューロパチー）といいます。代表的な疾患はギラン・バレー症候群で複数の末梢神経が障害される病気（ポリニューロパチー）です。風邪などの感染症状（咳・腹痛・下痢など）の1～3週間後に急に四肢の脱力・筋力低下が出現します。通常、下肢から始まり徐々に上肢に広がっていきますが1～2週間がピークで4週間以上の進行は見られません。その他にも顔面の筋肉に力が入らない（顔面神経麻痺）、目を動かせなくなって物が二重に見える（外眼筋麻痺）がみられる方もいます。重症例では嚥下・呼吸筋麻痺を生じ人工呼吸器の装着が必要となる場合もあり、早期に診断し入院加療が必要です。手足にしびれや痛みが出たりすることもありますが、一般に感覚障害は運動麻痺に比べて軽度です。そのなかで四肢の脱力が無く歩行時のふらつきや複視（ものが二重に見える）で発症するものを、フィシャー症候群と呼びます。10万人に1～2人の発症率とされていますが、当院でも何人か経験しています。

USシネマちはら台 ユニモちはら台3F

絶賛上映中	
IT イットTHE END"それ"が見えたら、終わり。	最高の人生の見つけ方
マチネの終わりに	ガールズ&パンツァー 最終章 第1、2話【4DX2D】
閉鎖病棟 それぞれの朝	真実【字幕】
ブラック校則	クロール【2D字幕】
ジェミニマン【IMAX2D字幕・4DX2D吹替・2D吹替】	ジョーカー【R15+】【IMAX2D字幕・2D字幕】
マレフィセント2【IMAX2D字幕・2D吹替】	HIGH&LOW THE WORST
世界から希望が消えたなら	天気の子
楽園	記憶にございません!
空の青さを知る人よ	かぐや様は告らせたい

公開日	作品
11/8金より	ターミネーター:ニュー・フェイト
	ひとよ
	ルパン三世 カリオストロの城（2週間限定上映）
11/15金より	ブライトバーン 恐怖の拡散者
	オーバー・エベレスト 陰謀の氷壁
11/22金より	アナと雪の女王2
	決算！忠臣蔵
	ゾンビランド ダブルタップ
11/29金より	ドクター・スリープ
	シティーハンターTHE MOVIE 史上最香のミッション

24時間音声案内 0436-76-9000 HP:http://www.cinemax.co.jp
●ファーストデー（毎月1日）……1,200円
●レディースデー（毎週水曜日・女性）……1,200円
●メンバーズデー（毎週火曜日・会員）……1,200円
●レイトショー（毎日20時以降）……1,300円
●夫婦50割引（どちらかが50歳以上の御夫婦）お二人で……2,400円

プレゼント 無料招待券 5組10名様
■応募／ご希望の方は、住所、氏名、年齢、職業、シティライフへのご意見、ご感想を明記の上、「USシネマちはら台」チケットプレゼント係までハガキ、FAX、メール（present@cl-shop.com）にてご応募ください。
■締切／11月9日（土）到着分まで有効。
■発表／当選は招待券の発送をもってかえさせていただきます。